



CHILDREN'S  
HOME  
SOCIETY OF  
CALIFORNIA

www.chs-ca.org

추가적인 CHS 가족 교육 프로그램 자료는  
(714) 712-7888 번으로 연락해 주시기 바랍니  
다. CHS 조기 학습 및 교육 프로그램에 대한  
자세한 내용은 (888) CHS-4KIDS 번으로 연락  
해 주시기 바랍니다.

CHS 프로그램에 대한 가족 교육 프로그램 자  
료, 팟캐스트 및 정보는 저희 웹사이트  
www.chs-ca.org 에서도 찾아보실 수 있습니다.



### Corporate Headquarters

1300 West Fourth Street  
Los Angeles, CA 90017  
(213) 240-5900  
(213) 240-5945 Fax

©2017 Children's Home Society of California

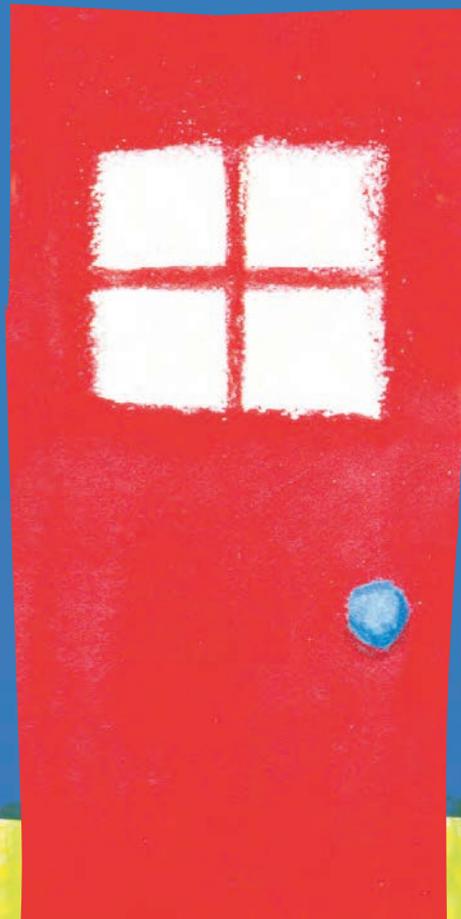
C H I L D R E N ' S H O M E S O C I E T Y O F C A L I F O R N I A

# 분리

집에서 어린이 돌봄이 까지 쉽게 오고가기



새로운 돌봄이 공간은 부모님과 아이에게 적응이 되지 않을 수 있지만, 준비와 제안을 갖춘 부모님과 보호자는 함께 집에서 어린이 돌봄이 장소까지 오고 갈 수 있습니다.



새로운 돌봄 상황의 첫 번째 날에 보는 일반적인 장면은 부모의 다리에 붙어서, 눈물흘리는 겁 먹은 아이입니다. 부모들은 종종 이런 상황에 대해 당황하거나 혼란스러워 합니다. 이 때 아이의 강한 감정의 혼합을 느낄 수 있습니다: 이는 동점심과 화가 아이에게 생기게 되고, 아이에게 죄책감을 가지게 하거나, "뭔가 잘못됐어"라고 아이가 생각하게 됩니다, 이는 모두가 쉽게 다룰 수 있습니다!

분리는 도전적인 것입니다. 어린들이 아이의 감정을 진지하게 생각하고, 아이들에게 정중하게 말해준다면, 아이들은 많은 이해를 하게 됩니다, 아이들은 성공적인 분리를 하게 되고 이는 미래에도 영향을 미칩니다.

"난 엄마랑 있고 싶어!"라는 것은 오직 처음에만 그렇습니다.



★ 나이 차이, 요구 차이 ★

어떤 행동들은 특정 나이에 나타납니다. 이를 인식하는 것은 당신이 어떤일이 왜 일어났는지를 알 수 있게 해줍니다.

나이	발달 단계	당신은 할 수 있는 일
탄생-8달	유아기에 목소리, 얼굴, 냄새, 돌봐주는 스타일을 인지할 뿐만 아니라 다른 돌봄이들로 부터 쉽게 편안함을 받을 수 있습니다.	새 돌봄이는 주의, 기저귀 변화, 기아의 아기의 유일한 단서를 즉시 읽을 수 없습니다. 돌봄이는 그 또는 그녀가 의사소통하는 방법에 대해 가능한 한 많은 내용을 부모와 아기를 통해 관찰 할 수 있습니다.
8달-2살	발달 단계 동안, 분리가 초조한것은 일반적이며, 아이들은 부모가 떠날 때 화를 내며 읊니다.	아이들은 엄마 또는 아빠가 항상 돌아 올 것을 생각 하면 두려움을 완화하는 데 도움이 될 수 있습니다. 특별한 담요 또는 부드러운 장난감으로 전환 개체는 불안을 완화 할 수 있습니다.
2-5살	유아는 일반적으로 상당히 분리에 적응하지만, 새 형제로 인한 삶의 스트레스와 가족, 또는 새로운 돌봄이의 분리 불안 문제가 생길 수 있습니다.	때때로 아이들은 울화, 엄지 손가락 빨기, 또는 아기 이야기 등 아기때 행동으로 돌아가려 합니다. 분리를 위해 아이들의 책을 읽는 것은 아이들이 자신의 감정에 대처하는 데 도움이 될 수 있습니다.

## ★ 분리를 쉽게하기 위한 팁 ★

- 신뢰를 구축 하기 위해, 항상 자녀에게 진실을 말해 주세요. 당신은 떠나 있지만 돌아올 것이다. 사전 통보없이 사라지지마세요. 몰래 가는 것은 신뢰를 구축 하지 않습니다! 말: (아이의 일정 에 활동을 기반으로, 또는 어떤 시간) "엄마 일에 갈거야, 너가 낮잠을 자고 일어날 때 쯤에 올게."
- 침착하시고 자녀에 대한 신뢰를 보여주십시오. 필요한 경우에는 도움을 받으십시오. 자녀에게 "엄마에게 혼자 힘으로 작별 인사를 할까, 그렇지 않으면 (선생님) 이랑 같이 인사할까?"
- 헤어질 때마다 특별한 작별인사를 만드세요. 짧은 책적이고 사랑이 있어야 합니다. 일관성을 가지세요.
- 항상 새로운 상황에 기대서 행복한 경험에 대해 아이에게 말을 걸으세요. 아이가 좋아하는 활동이나 사람을 기대 것이 도움이 됩니다.
- 자녀의 활동에 대해 간략한 스케줄을 만들고 돌봄이 가 허락하는 한에서 다인의 아이에 대해 토론하세요. 당신이 아이에게 말하는 좋은 시간을 강화하세요. 가장 풍요로운 질문은 부모가 아이에게 하는 것입니다 "학교에서 오늘 뭐했어?" 라고 물으세요, "아무것도 없었어" 라는 응답이 있다면, "과자먹을 때 누구랑 앉았었어?" 라고 물으면 아이가 하루에 대해 말을 하기 시작할 것입니다.
- 아이에게 새로운 분리를 준비시켜주세요. 첫 날 전에, 잠깐 방문하여 시설을 여행하세요. 아이에게 자신이 속해 있는 곳으로 가게 하고, 화장실이 있는 곳과, 잠자야하는 곳을 알려주세요.

- 아이가 처음에 도착했을 때 분리 불안에 대해 준비 하세요. 당신이 잘있어라고 하고 떠나면 됩니다. 당신의 작별인사는 오래 끌으면 힘들게 됩니다. 아이의 하루가 걱정이 된다면, 돌봄이에게 전화주세요. 대부분의 부모님들이 출발하고 얼마 지나지 않아서 연락을 줍니다.
- 아이가 집에서 있고 싶어서 한다면 아이에게 선택권을 주세요. 종종, 인형을 껴안거나 가족의 사진을 친근하지 않은 장소에 갈 때 가져갈 수 있도록 해주세요. "블랙키" 는 냄새, 감정이 집에 있는 것 처럼 느끼게 해줍니다.
- 아이의 개인적인 초조함을 봐주세요-젖은 바지, 손가락 빨기, 또는 다른 행동 변화. 부모님들과 보조인들의 초조함과 이해감은 아이가 자신의 감정에 대처할 수 있도록 도와줍니다.
- 고통없는 처음 조절 후에 불안감의 초조함에 대비하세요. (많은 선생님들이 이를 "둘째주" 라고 부릅니다) 당신의 아내는 지금 충분히 감정이 편안할 것 입니다. 간병인에게 이상이 있다고 생각하는 반응을 만드는 것은 실수를 하는 것이며 아이들이 불필요한 느낌이지 않도록 하세요.

부모님과 돌봄이의 긍정적인 관계를 유지하는 것은 쉽게 분리하게 해줍니다.



## 더 배우기

### 어린이를위한 서적

#### THE KISSING HAND

Audrey Penn, 일러스트 레이터 Ruth E. Harper & Nancy M. Leak

#### MY FIRST DAY AT NURSERY SCHOOL

Becky Edwards, 일러스트 레이터 Anthony Flintoft

#### THE RUNAWAY BUNNY

Margaret Wise Brown, 일러스트 레이터 Clement Hurd

### 성인을위한 서적

#### BECOMING THE PARENT YOU WANT TO BE

Laura Davis & Janis Keyser

#### CARING FOR YOUR BABY AND YOUNG CHILD

American Academy of Pediatrics/Steven P. Shelov, M.D., M.S., F.A.A.P.

